

Физкультурный досуг «Имитационные игры».

Для детей старшего дошкольного возраста, март 2018. Проведен ИПФ Артемьевой А.А.

Движения приносят здоровье как физическое, так и духовное. Мы не знаем более могущественного и более благоприятного средства воздействия на жизнь и процветание всего организма, чем чувство радости, а радость ребенок получает, играя.

Цели игр:

- расширять и обогащать знания детей о хищниках и травоядных;
- формировать игровую атмосферу образов, обстановки, звуков и слова;
- создавать у детей положительный эмоциональный фон радости и оптимизма;
- реализовывать на практике двигательную активность;
- воспитывать интерес и любовь к животным.

Имитационная игра- занятие в стихах «Зверобика для хищников».

К нам крокодил плывет по речке,

И.п. лежа на полу, на животе,

Плывет,похожий на бревно.

(Дети вытягивают руки вперед и выполняют движение «Качалочка».)

Мы крокодила не боимся,

И.п. Имитация броска.

Уплывем все быстро от него.

Припев: один, два, три - ну-ка повтори, три, четыре, пять - повтори опять.

Пантера села на поляну

И.п. сидя на корточках.

И стала лапой уши мыть.

(Дети выполняют круговое вращение правой(левой)рукой.)

Понаблюдав за ней немножко,

Ее движенье можно повторить.

Припев.

Лев - царь зверей- все это знают,

И.п. сидя на пятках, руки на коленях, пальцы разведены в стороны.

Большая грива у него,

Поворот головы вправо-влево.

Его, конечно, уважают,

(Дети стоят на четвереньках, выгибают и прогибают спину.)

Он не боится в джунглях никого.

Припев.

На ушках кисточки у рыси,

И.п. сидя на корточках, колени разведены в стороны.

Пятниста шерстка у нее.

(дети ладошками показывают уши)

Сидит на ветках, ждет добычи,

(дети бегают по залу на высоких четвереньках).

Все убегайте быстро от нее.

Припев.

А тигр большой и весь в полоску,

Тигр очень любит воду пить.

(дети ходят на четвереньках)

По джунглям ходит он неслышно.

(туловище выпрямляют горизонтально полу).

Как тигр, умеем тихо мы ходить.

Припев.

А леопард - бегун хороший,

Он самый быстрый из зверей.

(дети бегут на месте).

Пятниста шкура леопарда,

(бегут по залу).

Совсем не виден он среди полей.

Припев.

С большой медвежьей головою

Гепард шагает по тропе.

(дети бегут наперегонки)

Но если он поймать захочет,

Не убежать ни мне, ни тебе.

Имитационная игра-занятие в стихах «Зверобикадля травоядных».

Под панцирь скрылась черепаха

И.п. сидя на пятках

И выползает из него.

(дети группируют спину)

И никакого у ней страха...

«Выползают» медленно, поворачивая голову.

И нам, спортсменам, делать так легко.

(совершают наклоны вправо-влево и возвращаются ви.п.)

Припев.

А носорог бодает рогом,

И.п. стоя на четвереньках в кругу.

С ним лучше вовсе не шутить.

(дети поворачиваются ногами к центру и вращают головой).

Врагов имеет он немного-

Все к нему бояться подходить.

Припев.

Медведи ходят косолапо.

(дети опускаются на четвереньки).

Их в джунглях пандою зовут.

(встают с выбросом ноги в сторону).

Хоть косолапа у них лапа,

Но этой лапой сильно они бьют.

Припев.

Вот обезьянки прискакали

(дети прыгают на четвереньках)

И стали хвостиком вертеть.

Мы также делать не устали...

(ложатся на спину, почесывая носком ноги другую ногу)

На обезьянок весело смотреть..

Припев.

Жираф высокий –превысокий,

(дети ходят на цыпочках).

И длинный у него язык.

(тянутся руками вверх)

Достанет веточку любую-

Быть длинношеим он уже привык.

Припев.

Слонов учили очень долго

Лишь на одной ноге стоять,

(стоят на одной ноге)

А нам так делать слишком просто,

(дети разводят руки в стороны)

Мы можем на одной ноге и поскакать.

Припев.

В полоску зебра скачет лихо,

(дети бегут по залу)

Она боится очень львов.

Вы нам потопайте все тихо,

Мы убежим от этих хищников.

Припев.

Верблюд плюется- как это стыдно!

(дети совершают наклоны вперед и рывки руками назад)

Плевать не будем как верблюд.

Мы лучше весело станцуем,

(танцевальное любое движение)

А ты нам громче хлопать не забудь.

**Сюжетно-игровое занятие « В лесу» для детей среднего дошкольного возраста. Проведено ИПФ
Артемьевой А.А., март 2018.**

Задачи:

- совершенствовать двигательные умения и навыки детей;
- развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, ловкость, быстроту;
- учить ходить «змейкой» между предметами, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, в ползании на четвереньках;
- выполнять ведущую роль в игре, осознанно относиться к выполнению правил игры;
- развивать кругозор.

Оборудование : гимнастическая скамейка, лестница, 4 конуса, тоннель, канат. малый резиновый мяч, цветные флажки(по количеству детей), короткий шнур(50 см), бубен.

Предварительная работа: воспитатель в группе проводит работу по теме « Обитатели леса родного края ».

Дети входят в физкультурный зал и строятся в колонну по одному.

Ведущий. Здравствуйте, ребята. Предлагаю вам прогуляться со мной в лес и узнать, кто там живет. Слушайте меня и выполняйте и выполняйте движения.

Вводная часть.

Жарким днем лесной тропой звери шли на водопой.

(дети идут в обход по залу)

За мамой-лосихой топал лосенок.

(дети шагают с притопом).

За мамой - лисицей крался лисенок.

(идут на носках)

За мамой– медведицей шел медвежонок.

(ходят на внешней стороне стопы)

За мамой-ежихой катился ежонок.

(ходят в приседе)

За мамой – зайчихой - косые зайчата.

(дети совершают прыжки на двух ногах с продвижением вперед)

За мамою-белкой бежали бельчата

(бегут на носках)

Волчица вела за собою волчат.

(ходят широким шагом)

Все мамы и дети напиться хотят.

Вот мы и пришли с вами к озеру. Встаньте, пожалуйста, в круг.

Основная часть.

ОРУ

Ведущий. Прежде чем вы попьете водичку, посмотрите по сторонам. Нет ли поблизости хищников? А каких вы знаете опасных зверей?

(ответы детей)

Предлагаю вам выполнить несколько упражнений. Они помогут вам стать сильными и ловкими.

1.И.п.:узкая стойка, ноги врозь, руки на поясе. Повороты вправо-влево.Потянитесь к солнышку. (6раз)

2.Наклон вперед-книзу, и.п. Сядьте к водичке, поиграйте с нею. (5-6 раз)

3.И.п.: присед, руки вперед. Махи руками вверх, вниз(попеременно).Разгоняйте волны.(6 раз)

4.И.п.: то же. Махи руками в стороны. Схватите водичку. (6раз)

5.И.п.:то же. Сгибание, разгибание пальцев(попеременно). Зачерпните ладошками водичку, попейте ее. (6 раз)

И.п.: то же. Имитационные движения кистями рук. (3 раза)

А теперь по тропинке идем дальше (обычная ходьба). От хищников бегом марш.

Бег с заданиями в колонне по одному. Ведущий поднял руку с бубном вверх. Дети совершают подскок, коснувшись рукой бубна.

Ведущий. В лесу много разных жителей. Вот лягушки по дорожке скачут, вытянувши ножки. (Дети совершают прыжки в приседе с продвижением вперед.)

Вон из берлоги вылезли медвежата поиграть.(Дети ползают на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.

А вон гусеница ползет по траве. (Дети ползают в положении сед, сгибая и разгибая ноги.Руки находятся в упоре сзади.)

В лесу много препятствий встречаются на пути у зверей. (Дети идут по полосе препятствий по кругу поточным способом.)

Нужно пройти мимо деревьев, не задев их.(Ходьба «змейкой» между конусами.)

Преодолеть заросли. (Ползание через тоннель на четвереньках с опорой на колени и ладони.)

Пройти по бревну, как по мостику и не упасть. (Ходьба по гимнастической скамейке.)

Пройти по кочкам. (Ходьба по канату приставным шагом в правую сторону.)

В лесу много опасностей подстерегает зверей. Например, в лес могут прийти охотники.

Проводится игра «Охотник и звери». Дети бегают по залу. Охотник (из числа ребят) со шнуром в руке догоняет их. Кого заденет шнуром, тот выходит из игры.(повтор 4р.)